





Annecy Rando Nature

## REFUGE DES ÉVETTES LAC GLACIAIRE DU GRAND MÉAN

### Immersion glaciaire

*2 et 3 septembre 2023*



|  |   |
|--|---|
| <b>Date :</b> Samedi 2 au Dimanche 3 septembre | <b>Départ depuis</b> l'Ecot - 2020m   |
| <b>Massif :</b> Haute-Maurienne/Mont-Cenis     | <b>Distance Jour 1 :</b> 8 km Refuge des Evettes par le Plan des Roches – Lacs et Roc des Pareis    |
|  | <b>Distance Jour 2 :</b> 14.5km Refuge des Evettes – Lac et Col du Grand Méan – retour l'Ecot       |
| <b>Dénivelé Jour 1 :</b> D+ 730 m<br>D - 170 m |  <b>Niveau 3</b> |
| <b>Dénivelé Jour 2 :</b> D+ 1018m<br>D - 1590m |  <b>Niveau 3</b> |
| <b>Durée Jour 1 :</b> 5 h 30 marche effective  | <b>Alt maxi :</b> 2590 m  |
| <b>Durée Jour 2 :</b> 6 h 30 marche effective  | <b>Alt maxi :</b> 3200 m  |

**Accompagnateur :** Fabien VIGNÉ : 06 77 64 23 55- [fabienligne23@gmail.com](mailto:fabienligne23@gmail.com)

## **Descriptif :**

### **Jour 1 :**

Un premier jour pour nous mettre directement dans l'ambiance !

Très vite nous atteindrons un univers minéral de haute montagne sculpté par les glaciers. Nous rejoindrons le refuge des Evettes par le Plan des Roches. Nous suivrons un torrent glaciaire de toute beauté et arriverons dans le magique vallon des Evettes. Nous découvrirons les lacs et le Roc des Pareis.

### **Jour 2 :**

Au départ du Refuge des Evettes, nous cheminerons jusqu'au lac glaciaire du Grand Méan et évoluerons sur la moraine du glacier du Grand Méan afin d'étudier de plus près le front du glacier, ses changements, sa fonte accélérée etc. Nous cheminerons hors sentier jusqu'au Col du même nom !

Le retour se fera par une descente de toute beauté, avec la Haute Maurienne et le village de Bonneval sur Arc en toile de fond.

Un endroit magique à voir absolument car malheureusement le compte à rebours est lancé !

### **La nuit en refuge :**

Pour en savoir plus : [Refuge des Evettes \(FFCAM\)](#)

Nous nous installerons dans des dortoirs confortables.

La montée au lac glaciaire du Grand Méan du dimanche matin pourra se faire avec un sac léger. Nous pourrons, en effet, nous délester de nos affaires et les récupérer au refuge avant d'amorcer la descente finale dans l'après-midi.

### **Lieu de RDV :**

- **RDV** : départ **samedi 2/09 à 7h15** – covoiturage à partir du parking du Parc des Sports en face de l'ARCADIUM – boulevard du Fier - ANNECY

### **Equipement :**

- Chaussures de randonnée ou de type trail crantées
- Chapeau, casquette ou bandana
- Sac à dos 25 l minimum + sifflet accessible + couverture de survie
- Réserve d'eau 1.5 litre minimum (poche à eau ou gourde)
- Crème solaire
- Doudoune compressible ou équivalent
- Réserve personnelle de nourriture (pique-nique du samedi midi + barres de céréales...)
- Veste coupe-vent type Gore Tex ou équivalent avec capuche + polaire
- Pantalon - short de randonnée
- Gants + bonnet + buff
- Bâtons
- Frontale avec piles neuves
- Petit nécessaire de toilette pour le refuge et rechange (sous-vêtements)

- Vêtements de rechange (on évite le coton)
- Sac de couchage
- Prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons en extra
- Couvre sac et cape de pluie

**Recommandations médicales** : Chacun de vous devra prévoir ses effets personnels en cas de traitement médical en cours (ventoline, allergies etc.)

**Conditions de sortie** : Itinéraire à titre indicatif susceptible de modification selon les conditions météo, l'état des sentiers ou l'état physique d'un membre du groupe. Nous naviguerons dans un environnement minéral avec de nombreux passages techniques dans des blocs rocheux ou le sentier ne sera pas toujours visible. Attention de bien adapter son équipement, nous pouvons rencontrer des conditions quasi hivernales à cette période de l'année. Aucun passage vertigineux sur l'itinéraire.

**Conditions tarifaires des 2 jours :**

↳ **180 € par personne** : préinscriptions par téléphone 06 77 64 23 55 – inscriptions par virement ARN (RIB ARN)

Le prix comprend : 1 nuitée en 1/2 pension en refuge + le pique-nique du dimanche + les prestations et les frais de l'accompagnateur.

Le prix ne comprend pas le pique-nique du samedi midi ni les consommations sur place, ni les douches en refuge.

Les frais de covoiturage, sur la base de 0.10 d'€ / km, devront être payés au conducteur soit AR 362kms = 36€ par pers

Les frais d'autoroute seront divisés par le nombre de personnes dans le véhicule.

Rappel : Prévoir environ 10 à 15 euros pour les boissons en extra

**Conditions du groupe :**

Nous adapterons le rythme pour nous situer dans une progression confortable pour tous. Des pauses régulières seront effectuées.